

本来であれば今年の夏に城西健康市民大学「調理実習」で取り組む予定だった「免疫力を高める料理」を10月1日に、掲載したところ、大きな反響がありまして。

そこで、2006年からの取り組みの＜実習書 レシピ集＞として一挙掲載いたします。

いずれも、薬学部医療栄養学科の栄養教育学研究室の学生が準備し実施してきたものです。本実習書を通して、多くの料理に親しんで頂きたいと思います。

城西健康市民大学 「調理実習」＜実習書 レシピ集＞

2006年（平成18年）お弁当箱法

2007年（平成19年）大村寿司

2008年（平成20年）米粉でクッキング

2009年（平成21年）キッチンばさみで簡単調理

2010年（平成22年）豆料理

2011年（平成23年）魚醤を使ってみよう

2012年（平成24年）製パン教室

2013年（平成25年）炊飯器で角煮

2014年（平成26年）サフラン料理

2015年（平成27年）マレーシア料理

2016年（平成28年）もろやま華うどん

2017年（平成29年）大村寿司

2018年（平成30年）群馬県の郷土料理

2019年（令和元年）赤ピーツ

2020年（令和2年）ギリシア料理

2021年（令和3年）おいしく健康に免疫を高める料理～コロナに負けるな～